

AMOSTRA

FISIOTERAPIA

EBSERH

REVISÃO DE VÉSPERA



memoriza.ai



FALA, FUTURO APROVADO DA EBSE RH!

Seja muito bem - vindo!

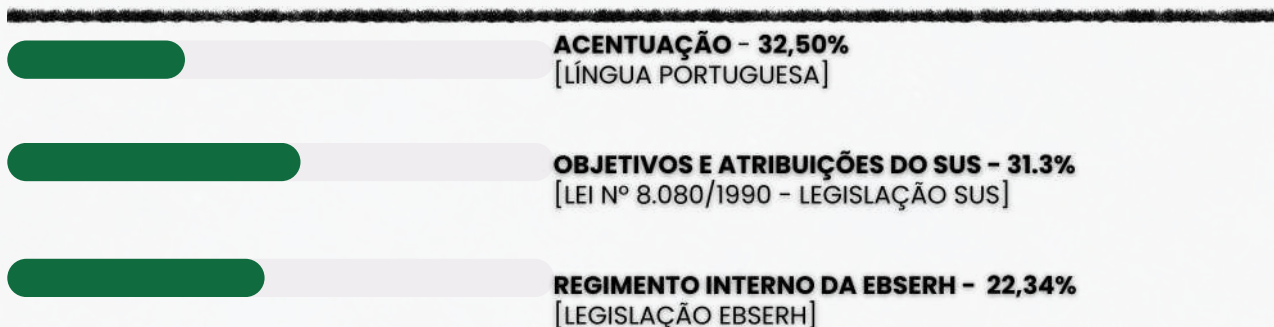
**VOCÊ ACABA DE BAIXAR A AMOSTRA DO MEMORIZA.AÍ
REVISÃO DE VÉSPERA PARA ESTE CONCURSO.**

O **Memoriza.aí** é um material que contém **dicas estratégicas** dos assuntos que certamente vão cair na sua prova!

Nossa equipe pedagógica realizou uma **análise** de **mais de 50000 questões** de **concursos anteriores** e identificou os **assuntos chave** que sempre se repetem nas últimas provas.

Por meio dessa **análise** das questões da **banca** e do **concurso** desenvolvemos um **material específico** com **dicas ilustradas** e **gatilhos emocionais** para melhorar sua memorização, de modo que você poderá focar exatamente nos assuntos que serão cobrados na sua prova.

Veja no gráfico abaixo uma breve demonstração dos **temas mais frequentes** das **provas** identificados pela nossa equipe pedagógica:



É como se a gente fizesse todo **trabalho duro** por você e te entregasse o que você precisa. Com isso, **you ganha muito tempo!**

Veja só o depoimento de um de nossos alunos que foi **APROVADO** recentemente no concurso:

“

Oiii! Boa tarde!



Ana Luiza

Pensei mto antes de vir aqui, mas sei que feedbacks são importantes, e eu não podia deixar de agradecer pelo material. Ano passado comprei o material da EBSEH de vocês, e fui aprovada em segundo lugar, no HUNIFAP.

Foi o único material que estudei, e por ser de fácil linguagem e bem gráfico (eu sou muuuuito visual), deu mto bom pra mim!

Parabéns pelo trabalho!!

”

Caso tenha qualquer dúvida, você pode entrar em contato conosco enviando seus questionamentos para o suporte:



contato@memorizaai.com.br

ou



[clique aqui](#) para acionar nosso time via **whatsapp**.

QUER SER O PRÓXIMO APROVADO?

[clique aqui e saiba como](#)

LÍNGUA PORTUGUESA

DICA 01

COLOCAÇÃO PRONOMINAL I



Se ao invés de dizer "Abraça-me" e "Beije-me", ele dissesse "Me abraça" e "Me beije", as frases estariam corretas?

FRASE INCORRETA
A palavra negativa (**nunca**) pede **próclise (pronome antes do verbo)** e o certo seria "Nunca me deixe"

NÃO!

LEMBRE-SE!

Não se **inicia** frase com **pronome oblíquo!**

- ✓ A colocação pronominal refere-se à **posição dos pronomes pessoais (como "eu," "você," "ele," "ela," "nós," "eles," etc.) nas frases em relação ao verbo e ao restante da estrutura da frase.**
- ✓ A língua portuguesa tem regras específicas para a colocação de pronomes pessoais, e estas **regras variam de acordo com o tipo de verbo, tempo verbal e contexto da frase.**
- ✓ Além das regras gerais, a colocação pronominal pode variar de acordo com o contexto e a ênfase que o falante deseja dar à frase.
- ✓ Independente do tipo de frase, **não se inicia frase com o pronome oblíquo**, de acordo com as regras gramaticais.

Existem três formas principais de colocação pronominal em português: **próclise, ênclise e mesóclise.**

DICA 02

USO DA VÍRGULA I

A utilização da vírgula na escrita desempenha um papel importante na organização das ideias, na clareza e na interpretação correta de uma frase. Ela **não apenas indica pausas na fala (respiração) como também pode alterar significativamente a semântica de uma frase.**



VÍRGULA E PAUSA (RESPIRAÇÃO)

A vírgula é frequentemente **usada para indicar pausas na leitura**, refletindo a maneira como a frase deve ser entoada.

Por exemplo:

- *Sem vírgula: "Vamos comer crianças."*
- *Com vírgula: "Vamos comer, crianças."*

A segunda frase indica que a intenção não é comer as crianças, mas sim convidá-las para uma refeição.

VÍRGULA E SEMÂNTICA

A vírgula também **pode mudar o significado de uma frase**, especialmente em casos de orações subordinadas ou adjuntos adverbiais. Veja um exemplo:

- "O homem, que você viu na rua, estava usando um chapéu."
- "O homem que você viu na rua estava usando um chapéu."

Na primeira frase, a vírgula sugere que o homem em questão pode não ser o mesmo que foi visto na rua. Na segunda frase, sem a vírgula, a implicação é que o homem visto na rua é aquele que estava usando um chapéu.

VÍRGULA E ORGANIZAÇÃO DE ELEMENTOS

A vírgula também é **usada para separar elementos em uma lista**, como substantivos, adjetivos, ou outros termos. Por exemplo:

- "Gosto de sorvete, bolo, e pizza."
- "Gosto de sorvete, bolo e pizza."

**VOU ALI
COMER GENTE.**

Por causa de uma vírgula,
você vira um **CANIBAL.**



DICA 03

CRASE I



A crase é um fenômeno gramatical da língua portuguesa que **envolve a fusão da preposição "a" com o artigo feminino "a" ou com o "a" inicial dos pronomes demonstrativos "aquela", "aquelas" e "aqueles"**.

A crase é indicada graficamente pelo **acento grave (´) sobre a letra "a"**..

É importante observar que a crase ocorre apenas em situações específicas e não é usada de forma indiscriminada

USO OBRIGATÓRIO DA CRASE:

- ✓ **Antes de palavras femininas, no singular:** Exemplo: Vou à escola.
- ✓ **Antes de "aquela(s)" e "aquele(s)":** Exemplo: Refiro-me àquela situação.

CASOS DE USO FACULTATIVO:

- ✓ **Antes de pronomes possessivos femininos:**
Exemplo: Não dão valor à nossa opinião.
- ✓ **Antes de nome próprio feminino:**
Exemplo: Fizemos referência a Joana.
- ✓ **Na locução prepositiva "até a", antes de substantivo feminino:**
Exemplo: Chegaram até a praia e desistiram de nadar."

USO PROIBIDO DA CRASE:

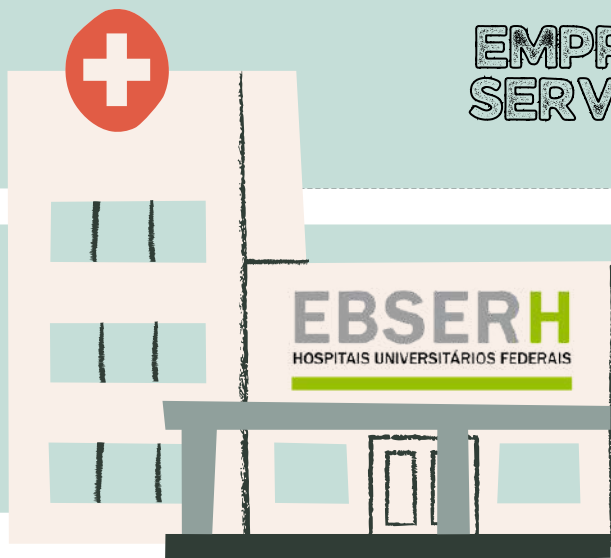
- ⊘ **Antes de palavras masculinas:**
Exemplo: Ele foi a pé.
- ⊘ **Antes de verbos:**
Exemplo: Eles estão prontos a agir.
- ⊘ **Antes de pronomes pessoais, indefinidos ou de tratamento:**
Exemplo: Ela se referiu a ele.
- ⊘ **Antes de nomes de cidades que não utilizam o artigo feminino:**
Exemplo: Vou a São Paulo.
- ⊘ **Entre substantivos idênticos e depois de preposições:**
Exemplo: de parte a parte | cara a cara | após as aulas | desde a véspera.
- ⊘ **Antes de numerais e Antes de Nossa Senhora e nomes de santas:**
Exemplo: de 1990 a 2008 | Apelava a Nossa Senhora e a santa Clara.
- ⊘ **Antes da palavra terra quando se opõe a bordo e Antes da palavra casa quando se refere ao próprio lar:**
Exemplo: Assim que desembarcaram, desceram a terra. | Voltara a casa pois esquecera o cartão.

LEGISLAÇÃO EBSE RH

DICA 04

LEI 12.550/11

EMPRESA BRASILEIRA DE
SERVIÇOS HOSPITALARES
(EBSERH)



VOCÊ SABE O QUE ESSA LEI REGULAMENTA?

O Poder Executivo é autorizado a criar a EBSERH como uma empresa pública unipessoal. Isso significa que a empresa será de propriedade exclusiva do governo, no caso, a União.

Aniso

A Lei 12.550/11 autorizou a criação da Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (EBSERH) como uma empresa pública unipessoal vinculada ao Ministério da Educação.

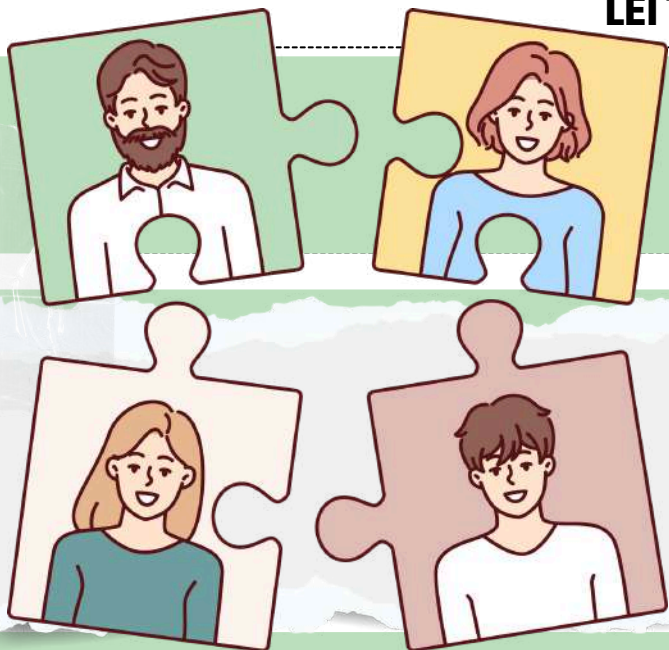
O QUE PRECISAMOS SABER?

- ✓ A EBSERH terá personalidade jurídica de direito privado, o que a torna uma entidade com características de empresas privadas, embora seja controlada pelo governo.
- ✓ A sede da EBSERH será em Brasília, Distrito Federal, mas ela poderá estabelecer escritórios, representações, dependências e filiais em outras partes do país.
- ✓ A EBSERH é autorizada a criar subsidiárias para realizar atividades relacionadas ao seu objetivo. Essas subsidiárias terão características semelhantes à empresa principal e estarão sujeitas às regras estabelecidas na lei.
- ✓ O capital social da EBSERH será integralmente de propriedade da União. Isso significa que todo o capital da empresa pertencerá ao governo federal.
- ✓ O capital social da empresa será composto por recursos provenientes de dotações orçamentárias da União e pela incorporação de bens e direitos que possam ser avaliados em dinheiro.

DICA 05

LEI 12.550/11 VIII

REGIME DE PESSOAL
PERMANENTE NA
EBSERH



REGIME DE PESSOAL PERMANENTE NA EBSERH

O regime de pessoal permanente na EBSERH será o da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943.

CONTRATAÇÃO MEDIANTE CONCURSO PÚBLICO

A contratação de funcionários pela EBSERH é condicionada à prévia aprovação em concurso público, que pode consistir em provas ou em provas e títulos.



LEMBRE-SE!

O processo de concurso público e as normas relacionadas a ele, incluindo o conteúdo das provas, são estabelecidos de acordo com normas específicas editadas pelo Conselho de Administração da EBSERH.

IMPORTANTE

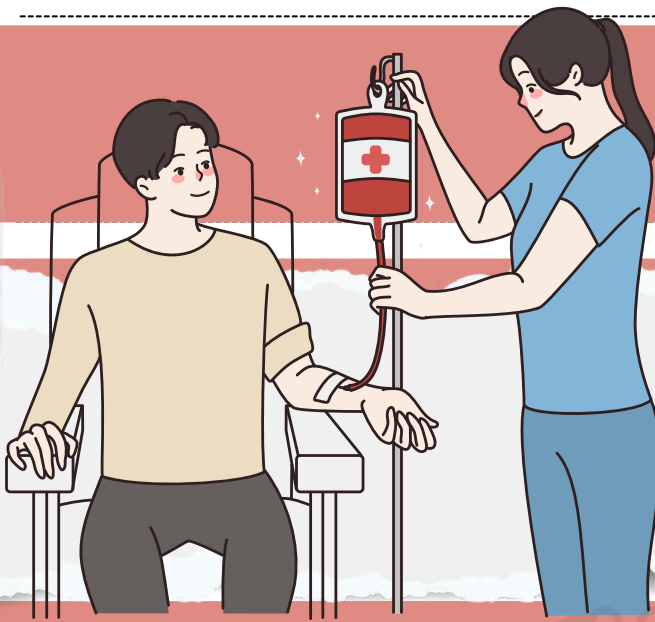
TÍTULOS DE TEMPO DE EXERCÍCIO

Os editais de concursos públicos da EBSERH podem incluir a experiência profissional em atividades correlatas como critério adicional na avaliação dos candidatos, desde que relacionada ao cargo em questão.

DICA 06

REGIMENTO INTERNO DA EBSEERH

REDE EBSEERH



RECAPITULANDO O QUE É A EBSEERH...

- Uma **empresa pública de capital fechado**;
- Com **personalidade jurídica de direito privado e patrimônio próprio**;
- Ela está **vinculada ao Ministério da Educação (MEC)**;
- **Regida por várias leis**, incluindo a Lei 6.404/1976 (Lei das Sociedades por Ações), a Lei 12.550/2011, a Lei 13.303/2016 (Lei das Estatais) e o Decreto 8.945/2016. Além disso, o regimento interno da EBSEERH também é aplicável.

A REDE EBSEERH É COMPOSTA POR DUAS PARTES:

Administração Central:

É a **parte central da EBSEERH, localizada em Brasília/DF**, que é responsável pela gestão da rede. Ela inclui órgãos sociais e estatutários, a presidência, vice-presidência, diretorias e suas áreas vinculadas.

Hospitais Universitários Federais (HUFs):

Também chamados de **Filiais, esses são os hospitais geridos pela EBSEERH** por meio de contratos de gestão especial com as universidades federais.



DICA 07

REGULAMENTO DE PESSOAL DA EBSERH IV

JORNADA DE TRABALHO



A duração normal da jornada de trabalho do empregado da EBSERH é de 8 horas diárias, observado o máximo de 40 horas semanais, respeitadas as exceções estabelecidas em lei.

COMO ISSO É ORGANIZADO?

Os funcionários da EBSERH que trabalham em filiais e outras unidades descentralizadas terão jornadas diárias de trabalho de 4, 6 ou 8 horas, com um limite máximo de 40 horas semanais. No entanto, as exceções previstas por lei serão respeitadas.

Em casos em que é necessário um funcionamento constante do serviço durante 24 horas para garantir o atendimento ao público, os funcionários podem adotar o regime de 12 horas de trabalho seguidas por 36 horas de descanso (12x36) durante o turno da noite, desde que respeitada a jornada de trabalho contratual.



Nesse caso, é excepcionalmente admitido o regime de 12 (doze) horas diurna para a categoria de médicos.

É obrigatório que o horário de trabalho do funcionário seja exibido em um quadro específico em cada estação de trabalho da EBSERH.



DICA 08

REGULAMENTO DE PESSOAL DA EBSERH VI

TRANSFERÊNCIA E
REMOÇÃO



A transferência é caracterizada como a mudança de um empregado, profissional cedido ou contratado para um cargo em comissão, da sede para filial ou vice-versa, desde que essa mudança exija a alteração obrigatória de domicílio.

A transferência ou remoção de funcionários pode ocorrer devido a uma série de razões, tais como alterações regimentais, mudanças na estrutura de pessoal, realocação de unidades organizacionais, desligamentos, cessões ou requisições.

O QUE É A REMOÇÃO?

A remoção é a movimentação do empregado, profissional cedido ou contratado para cargo em comissão, no âmbito da sede para filial ou congênere e vice-versa, que não caracterize necessidade de mudança de domicílio e não gere despesas para a EBSERH.

IMPORTANTE

A transferência ou remoção, seja de caráter definitivo ou temporário, da sede para a filial, ou o contrário, deve ser formalizada seguindo uma norma específica. Além disso, só será autorizada se atender às seguintes condições:

- Há uma vaga disponível no destino;
- O empregado preenche os requisitos mínimos para exercer suas atividades na nova localização;
- Aprovação prévia em exame médico ocupacional quando necessário;
- Autorização prévia da chefia imediata tanto no local de origem quanto no local de destino.



DICA 09

LEI N. 13.303/2016 – II

CONCEITOS DE EMPRESA PÚBLICA E DE SOCIEDADE DE ECONOMIA MISTA



As empresas públicas e sociedades de economia mista são entidades que fazem parte da administração indireta do Estado e, em muitos aspectos, operam de maneira mais próxima ao direito privado do que ao direito público. Essas entidades são frequentemente referidas na doutrina como "empresas estatais".



exemplos de **sociedade de economia mista**

PETROBRAS, BANCO DO BRASIL, ELETROBRAS
regime jurídico de contratação é **celetista**

SOCIEDADE DE ECONOMIA MISTA

Você sabe o que é?

Também **precisam de autorização em lei para serem criadas, exercem atividade econômica** e se divide somente em ação. Além disso, a definição dos campos em que atuarão é uma **responsabilidade reservada à legislação complementar**. São caracterizadas como **pessoas jurídicas de direito privado e com capital misto**, ou seja, público e privado.

EMPRESAS PÚBLICAS

Você sabe o que é?



exemplos de **empresas públicas**

BNDS, ECT (CORREIOS), CAIXA ECONÔMICA FEDERAL.
regime jurídico de contratação é **celetista**

As empresas públicas **precisam de autorização em lei para serem criadas**. Estas organizações são **caracterizadas como pessoas jurídicas de direito privado e têm a capacidade tanto de oferecer serviços públicos quanto de se envolver em atividades econômicas**. Além disso, a definição dos campos em que essas fundações atuarão é uma **responsabilidade reservada à legislação complementar**.

São criadas somente sob **forma de direito admitido e com capital 100% público**.

POLÍTICAS PÚBLICAS DE SAÚDE E EDUCAÇÃO

DICA 10

SURGIMENTO DA PREVIDÊNCIA SOCIAL

CAIXAS DE APOSENTADORIAS E PENSÕES (CAPS)

1923



O Congresso Nacional aprovou a Lei Eloy Chaves, marcando o início da previdência social no Brasil.

Essa legislação estabeleceu as **Caixas de Aposentadorias e Pensões (CAPs)**.



O avanço do capitalismo no Brasil impulsionou a classe trabalhadora a **buscar condições de trabalho mais favoráveis, dando origem a uma série de reformas e regulamentações trabalhistas** que continuaram a se desenvolver nas décadas seguintes.

A luta por direitos trabalhistas e a melhoria das condições laborais foram conquistas fundamentais para a classe trabalhadora no Brasil e contribuíram para a construção de um sistema de proteção social mais robusto, que **evoluiu ao longo do tempo para abranger uma variedade de benefícios, incluindo aposentadoria, pensões e assistência médica.**

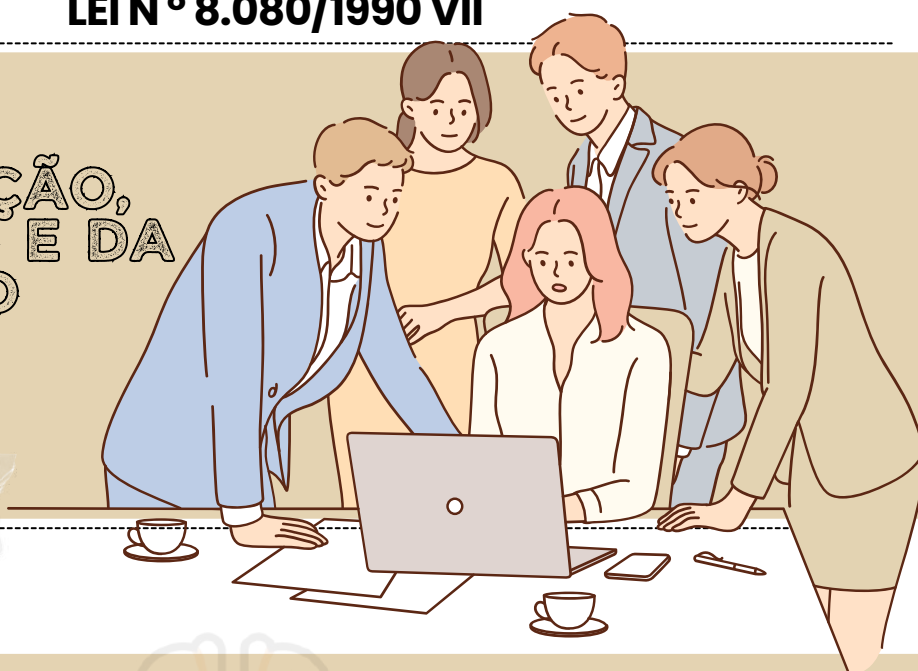
Esse contexto histórico desempenhou um papel crucial na construção do sistema de seguridade social brasileiro, que, por sua vez, influenciou a legislação do Sistema Único de Saúde (SUS) e a proteção da saúde no país.

SUS

DICA II

LEI N° 8.080/1990 VII

ORGANIZAÇÃO,
DA DIREÇÃO E DA
GESTÃO



O artigo 8° da Lei n. 8.080/1990 estabelece que as **ações e serviços de saúde do Sistema Único de Saúde (SUS) devem ser organizados de forma regionalizada e hierarquizada**, em níveis de complexidade crescente.

O QUE ISSO SIGNIFICA?

Isso significa que **a prestação de serviços de saúde deve ser planejada de maneira a atender às necessidades da população de forma eficiente e abrangente**, considerando desde o **atendimento básico até serviços de alta complexidade**.

- Já o artigo 9° **define que a direção do SUS é única, porém, exercida em cada esfera de governo (União, estados e municípios) por órgãos específicos**.
- Essa estrutura hierárquica e compartilhada visa a **assegurar a coordenação e a integração das ações de saúde em todo o território nacional**, de acordo com as diretrizes e políticas estabelecidas.

QUAIS SÃO ESSES ÓRGÃOS?

NO ÂMBITO DA UNIÃO

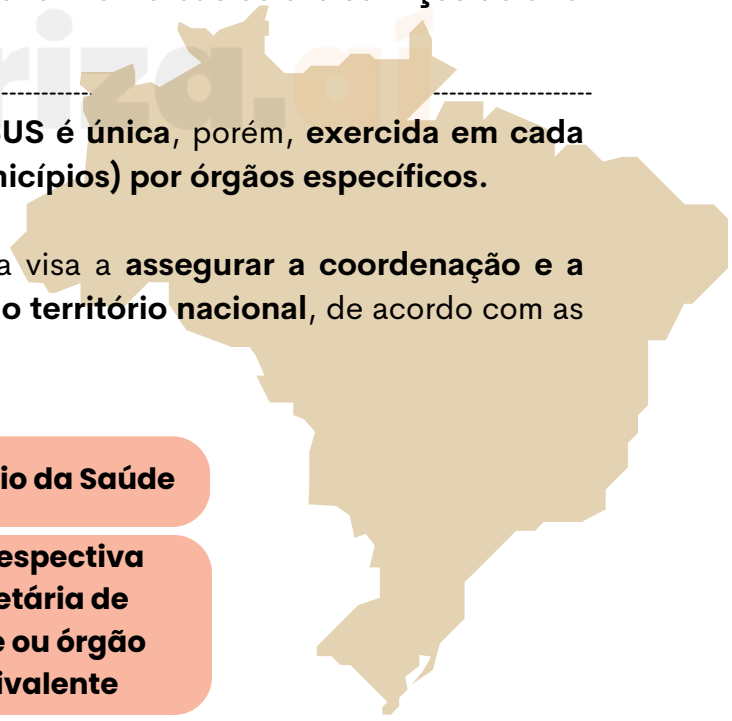
Ministério da Saúde

NO ÂMBITO DOS
ESTADOS E DO
DISTRITO FEDERAL

Pela respectiva
Secretária de
Saúde ou órgão
equivalente

NO ÂMBITO DOS MUNICÍPIOS

Pela respectiva
Secretária de
Saúde ou órgão
equivalente



DICA 12

LEI N° 8.080/1990 XIII

DO SUBSISTEMA DE ATENDIMENTO E INTERNAÇÃO DOMICILIAR

Art. 19-I. No contexto do Sistema Único de Saúde, ficam oficialmente instituídos o **atendimento em domicílio** e a **internação em domicílio**.

O atendimento e a internação domiciliares apenas serão autorizados nos seguintes casos:

- **Mediante prescrição médica.**
- **Com o consentimento explícito do paciente e de sua família.**

COMO ISSO FUNCIONA?

No que diz respeito à **modalidade de assistência em atendimento e internação domiciliares**, são abrangidos principalmente os seguintes procedimentos:

Médicos

De Enfermagem

Fisioterapêuticos

Psicológicos

De Assistência Social

Entre outros necessários ao cuidado integral dos pacientes em seu domicílio

O **atendimento e a internação domiciliares** serão executados da seguinte maneira:

1

POR EQUIPES MULTIDISCIPLINARES

2

QUE ATUARÃO NOS NÍVEIS DA MEDICINA

3

PREVENTIVA, TERAPÊUTICA E REABILITADORA



DICA 13

LEI Nº 8.142/1990 I

GESTÃO DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE (SUS)

A Lei nº 8.142 foi promulgada para **fortalecer a participação da comunidade na gestão do SUS e regulamentar as transferências de recursos financeiros** entre os entes federativos na área da saúde.

O QUE PRECISAMOS SABER SOBRE ESSA LEI?

A lei estabelece que a **participação da comunidade na gestão do SUS é fundamental**. Ela prevê a **criação de Conselhos de Saúde em todos os níveis de governo (municipal, estadual e federal)**, compostos por representantes do **governo, prestadores de serviços, profissionais de saúde e usuários do sistema**. Esses conselhos têm a **responsabilidade de fiscalizar e participar das decisões relativas à saúde**.

A lei estabelece os **critérios e os mecanismos para as transferências de recursos financeiros entre os diferentes níveis de governo (municipal, estadual e federal)** no âmbito do SUS. Isso inclui os **repasses de recursos federais para estados e municípios, bem como a definição de critérios de distribuição desses recursos**.

A legislação determina que o **SUS deve ter um plano de saúde, que deve ser atualizado a cada quatro anos**. Esse plano deve contemplar ações e metas a serem alcançadas no campo da saúde.

4 anos

A lei estabelece que a **programação das ações e serviços de saúde deve ser pactuada entre os gestores das diferentes esferas** de governo, com base nas necessidades da população e nos recursos disponíveis.

LEMBRE-SE!

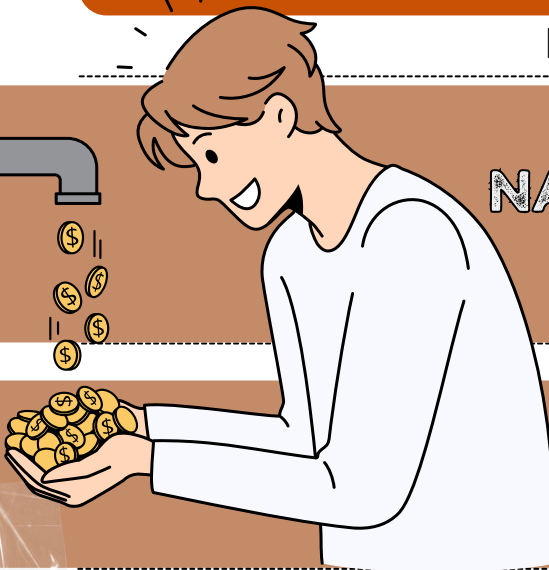
A Lei nº 8.142 também prevê a **criação da Ouvidoria do SUS**, que tem a função de **receber as manifestações dos cidadãos sobre a prestação de serviços de saúde**, contribuindo para a melhoria do sistema



DICA 14

LEI Nº 8.142/1990 V

RECURSOS DO FUNDO NACIONAL DE SAÚDE (FNS) II



Pelo menos 70% dos recursos devem ser destinados aos Municípios, e o restante deve ser alocado para os Estados.

70%

PARA QUE MUNICÍPIOS, ESTADOS E O DISTRITO FEDERAL RECEBAM OS RECURSOS MENCIONADOS NA LEI, ELES DEVEM CUMPRIR ESSES REQUISITOS:

- I - **Ter um Fundo de Saúde**, que é uma estrutura financeira específica para a gestão dos recursos da saúde.
- II - **Ter um Conselho de Saúde com uma composição paritária**, de acordo com o Decreto nº 99.438, de 7 de agosto de 1990. Isso significa que o Conselho de Saúde deve ser composto por representantes de diferentes segmentos da sociedade e do governo, de forma equilibrada.
- III - **Possuir um plano de saúde**, que é um documento que estabelece as diretrizes e metas para o setor de saúde em nível municipal ou estadual.
- IV - **Apresentar relatórios de gestão** que permitam o controle, de acordo com o que é estabelecido no § 4º do art. 33 da Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990.
- V - **Destinar uma contrapartida de recursos para a saúde em seus respectivos orçamentos**, ou seja, investir recursos próprios na área de saúde.
- VI - **Estabelecer uma Comissão de elaboração do Plano de Carreira, Cargos e Salários (PCCS)**, com um **prazo de dois anos para sua implantação**. O PCCS é relevante para a gestão de recursos humanos na área de saúde.

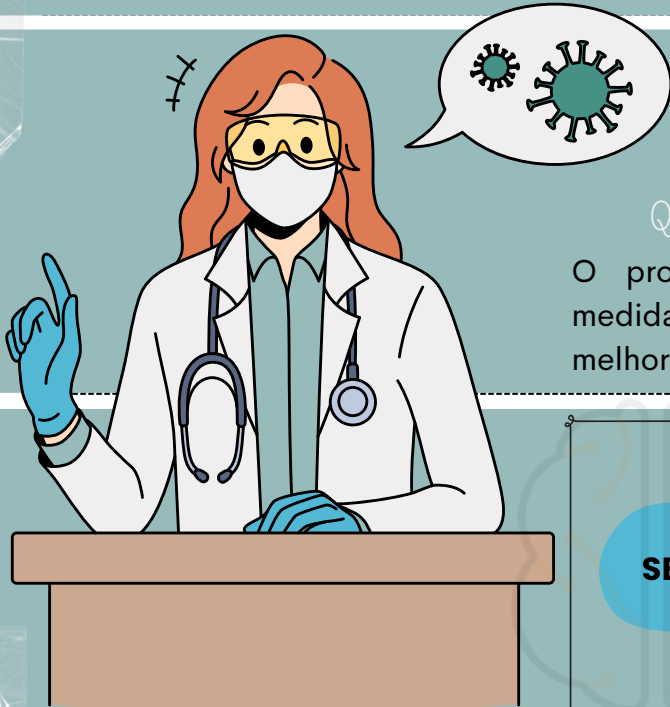




DICA 15

RDC Nº 36, DE 2013 I

AÇÕES PARA A PROMOÇÃO DA SEGURANÇA DO PACIENTE E A MELHORIA DA QUALIDADE NOS SERVIÇOS DE SAÚDE



QUAL OBJETIVO DESSA RESOLUÇÃO?

O propósito desta Resolução é implementar medidas para fomentar a segurança do paciente e melhorar a qualidade dos serviços de saúde.

QUAL A SUA APLICABILIDADE?

SERVIÇOS DE SAÚDE

Sejam eles:

Públicos, Privados

Filantrópicos

Civis ou Militares

Incluindo aqueles que realizam atividades de ensino e pesquisa.



Atenção

A RESOLUÇÃO NÃO SE APLICA A:

Consultórios individuais

Laboratórios clínicos

Serviços móveis

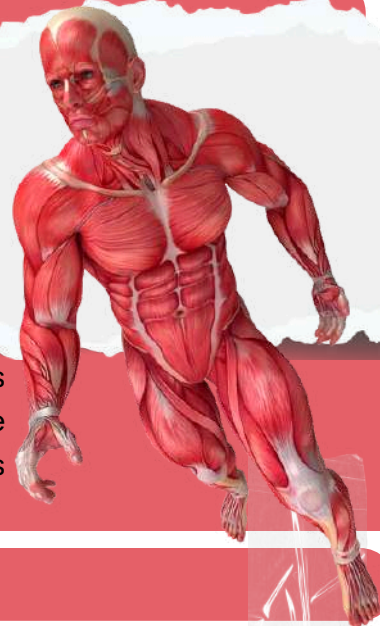
Atendimento domiciliar

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS DO CARGO

DICA 16

CINESIOLOGIA E BIOMECÂNICA APLICADA

O QUE É CINESIOLOGIA?



Cinesiologia é o estudo do **movimento humano**, analisando os princípios **biomecânicos** e **fisiológicos** que regem a função muscular e articular. Essa ciência é fundamental para entender como os músculos produzem movimento e como prevenir ou tratar disfunções motoras.

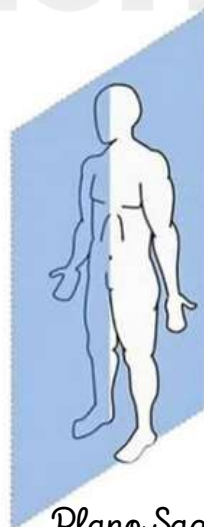
PLANOS E EIXOS DE MOVIMENTO

Para entender os **movimentos corporais**, é essencial conhecer os **planos** e **eixos** que orientam essas **ações**:

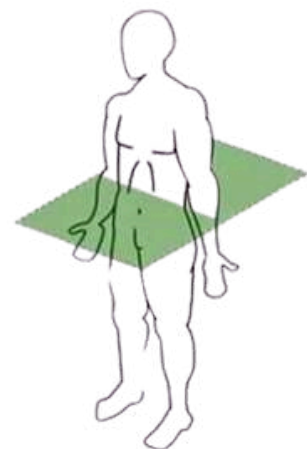
- **Plano Sagital:** Divide o corpo em metades direita e esquerda. Os movimentos que ocorrem nesse plano são flexão e extensão.
 - **Eixo Latero-Lateral (Transversal):** Perpendicular ao plano sagital; permite movimentos de **flexão** e **extensão**.
- **Plano Frontal (Coronal):** Divide o corpo em partes anterior e posterior. Os movimentos principais nesse plano são **abdução** e **adução**.
 - **Eixo Antero-Posterior:** Perpendicular ao plano frontal; permite movimentos de abdução e adução.
- **Plano Transversal (Horizontal):** Divide o corpo em metades superior e inferior. Movimentos **rotacionais** acontecem nesse plano.
 - **Eixo Longitudinal (Vertical):** Perpendicular ao plano transversal; permite movimentos de **rotação medial** e **lateral**.



Plano Frontal/Coronal
Divide o corpo em metade **Anterior** e **Posterior**



Plano Sagital
Divide o corpo em metade **Direita** e **Esquerda**

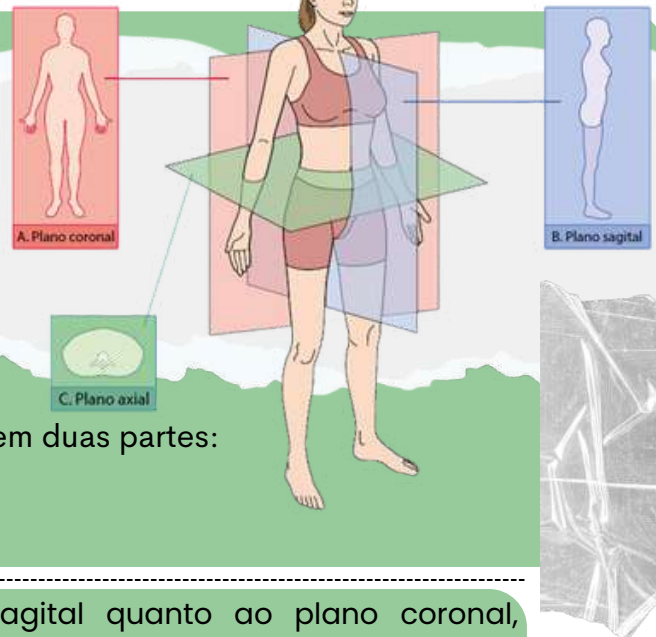


Plano Transversal
Divide o corpo em metade **Superior** e **Inferior**

DICA 16

CINESIOLOGIA E BIOMECÂNICA APLICADA

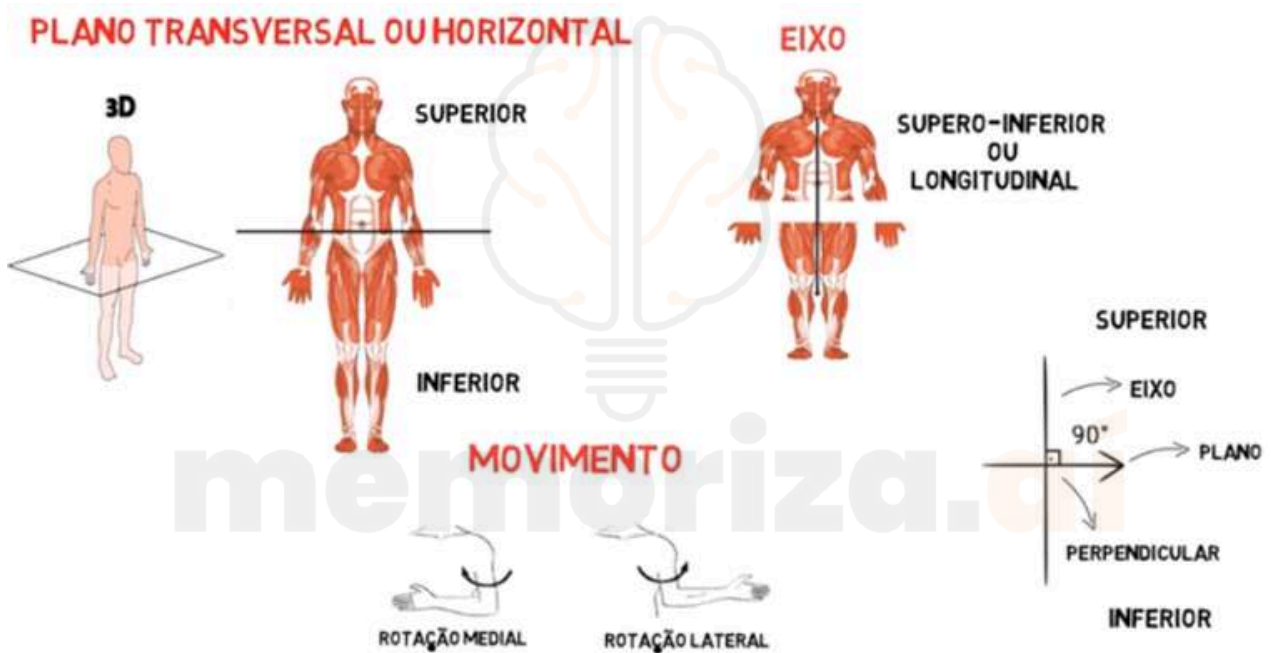
PLANO TRANSVERSAL (OU AXIAL): O QUE É?



O plano transversal (ou plano axial) divide o corpo em duas partes:

- ✓ Superior (cranial) – a parte de cima do corpo.
- ✓ Inferior (caudal) – a parte de baixo do corpo.

Esse plano é perpendicular tanto ao plano sagital quanto ao plano coronal, oferecendo uma visão horizontal do corpo.



Os movimentos típicos desse plano envolvem **rotação**, ou seja, **girar** ou **rodar** uma parte do corpo ao **redor de um eixo**. Exemplos:

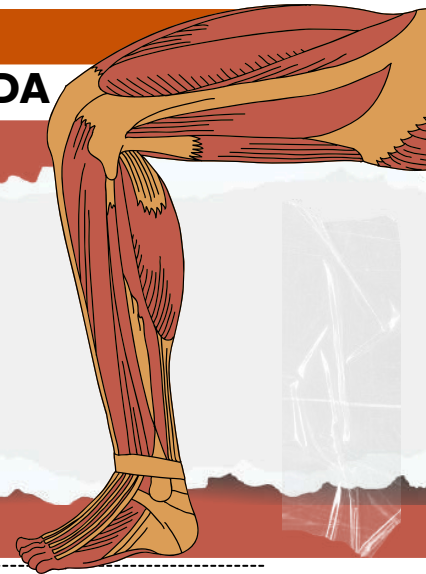
🔄 Movimentos no Plano Transversal

- **Rotação da cabeça** 🧠: girar a cabeça de um lado para o outro.
- **Rotação do tronco** 🌀: girar o tronco para a direita ou para a esquerda.

DICA 17

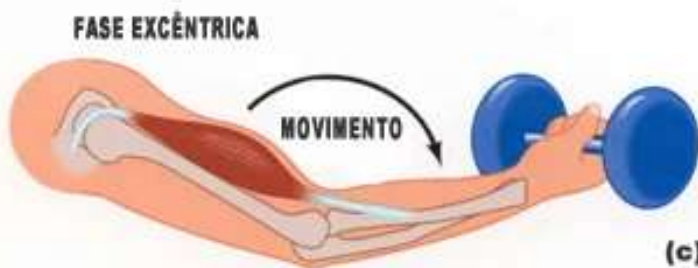
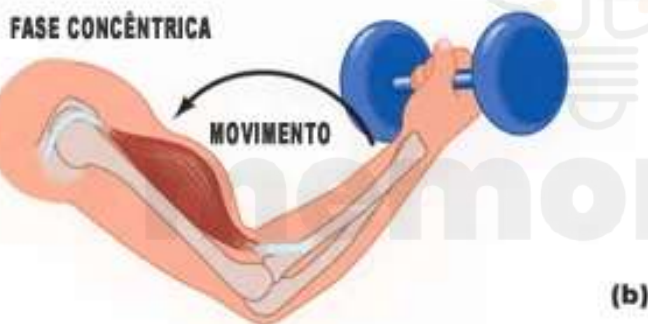
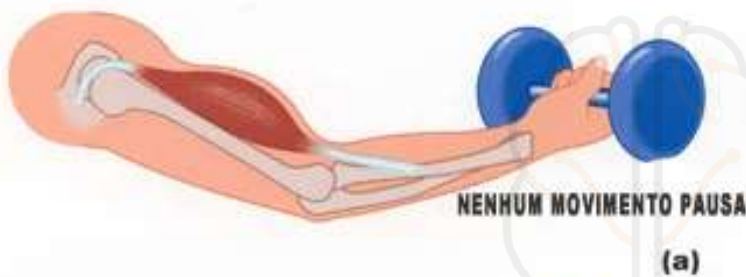
CINESIOLOGIA E BIOMECÂNICA APLICADA

TIPOS DE CONTRAÇÃO MUSCULAR



Os músculos esqueléticos geram **movimento** através de diferentes tipos de contração muscular:

EXEMPLO NA ROSCA CONCENTRADA



- **Contração Isométrica:** O músculo permanece na mesma extensão, sem gerar movimento visível.
- **Exemplo:** manutenção da posição de prancha abdominal.
- **Contração Concêntrica:** O músculo encurta durante a contração, gerando movimento ativo.
- **Exemplo:** levantamento de um peso durante um exercício de bíceps.
- **Contração Excêntrica:** O músculo alonga enquanto está contraído, controlando a velocidade do movimento.
- **Exemplo:** descida controlada em um agachamento.

DICA 18

CINESIOLOGIA E BIOMECÂNICA APLICADA

CINESIOTERAPIA E EXERCÍCIO TERAPEUTICO

✓ A Fisioterapia é uma verdadeira aliada da **saúde e qualidade de vida!** ❤️ Ela envolve diversas funções essenciais, como:

✓ **Avaliação e Diagnóstico** 🧐

Os fisioterapeutas analisam pacientes com deficiências, limitações funcionais ou outras condições para definir um diagnóstico e traçar um plano de intervenção eficaz.

✓ **Tratamento Personalizado** 💪

Criam, ajustam e aplicam terapias para combater limitações e melhorar a funcionalidade do paciente.

✓ **Prevenção e Qualidade de Vida** 🏃

Além de tratar, a fisioterapia também atua na prevenção de lesões e na promoção da saúde para todas as idades.

✓ **Educação e Pesquisa** 📖

Fisioterapeutas também participam de pesquisas, pareceres e capacitações para aprimorar ainda mais suas práticas!

🎯 **Qual o objetivo da Fisioterapia?**

A resposta é simples: restaurar a **funcionalidade** e **melhorar a qualidade de vida** das pessoas! Seja reduzindo dores, reabilitando movimentos ou prevenindo problemas futuros, o foco é proporcionar o máximo de independência e bem-estar!

💡 **Sabia que...**

A fisioterapia não é só para quem tem **dor** ou **lesão!** Muitos buscam esse serviço para melhorar o desempenho físico ou evitar problemas futuros.

E o que é a Cinesioterapia?

✓ Cinesioterapia vem do grego e significa "**terapia pelo movimento**". Ou seja, ela usa **exercícios específicos** para recuperar ou melhorar funções do corpo!

- Faz parte da fisioterapia e inclui exercícios terapêuticos para fortalecer músculos, recuperar mobilidade e aliviar dores.
- O grande objetivo é restaurar o movimento sem dor e com total funcionalidade!

DICA 19

EXERCÍCIOS TERAPÊUTICOS E TREINAMENTO FUNCIONAL

EXERCÍCIOS EM CADEIA CINÉTICA ABERTA E FECHADA



Uma premissa fundamental nos **Exercícios Terapêuticos** é entender a diferença entre **Cadeia Cinética Aberta (CCA)** e **Cadeia Cinética Fechada (CCF)**. Vamos esclarecer isso de forma simples!

O que é Cadeia Cinética?

O corpo humano é composto por várias **articulações interligadas**, formando uma **cadeia de movimento**. Quando movemos um segmento, ele pode influenciar os demais de maneiras diferentes, dependendo se a cadeia é aberta ou fechada.

🔒 Cadeia Cinética Fechada (CCF)

✅ A extremidade distal (mãos ou pés) está fixa em uma superfície (chão, parede, equipamento). Assim, ao mover uma parte do corpo, outras também se movimentam!

✅ **Exemplo:** Agachamento 🦵 (os pés estão fixos no chão, e o movimento do joelho afeta o quadril e o tornozelo).

✅ **Benefícios:** Maior estabilidade e recrutamento de múltiplos grupos musculares.

🔓 Cadeia Cinética Aberta (CCA)

✅ A extremidade distal está livre no espaço, permitindo movimentos independentes.

✅ **Exemplo:** Levantar um halter com o braço 🦾 (a mão não está fixa, então o movimento pode ser isolado).

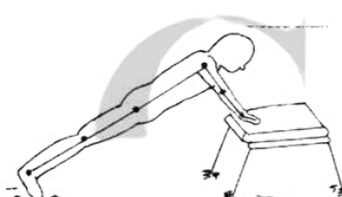
✅ **Benefícios:** Maior controle sobre grupos musculares específicos e liberdade de movimento.

- ◆ **CCF** → Extremidade fixa | Movimentos interdependentes | **Exemplo:** agachamento
- ◆ **CCA** → Extremidade livre | Movimentos independentes | **Exemplo:** biceps curl

CADEIA CINÉTICA ABERTA



CADEIA CINÉTICA FECHADA



DICA 20

FISIOTERAPIA TRAUMATO-ORTOPÉDICA E REUMATOLÓGICA

FISIOTERAPIA TRAUMATO-ORTOPÉDICA



Fases da Cicatrização

O processo de reparo segue três fases principais, que podem se sobrepor:

OBSERVAÇÃO: O TEMPO DE CICATRIZAÇÃO PODE VARIAR CONFORME A FONTE BIBLIOGRÁFICA E O TIPO DE LESÃO!

1 Fase Inflamatória (Aguda) – Coagulação e Inflamação

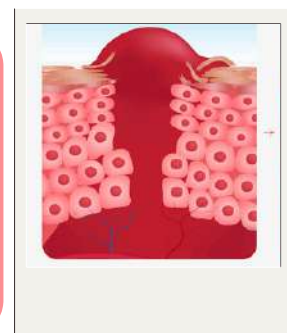
Duração: Primeiros dias após a lesão.

O que acontece?

- ✓ Vasorregulação e coagulação sanguínea.
- ✓ **Migração celular:** macrófagos, fibroblastos, neutrófilos e monócitos entram em ação.
- ✓ Liberação de fatores químicos (fatores de crescimento).

⚠ Sinais e sintomas:

- ▲ Edema (inchaço).
- ▲ Hiperemia (vermelhidão).
- ▲ Calor na região afetada.
- ▲ Dor mesmo em repouso.
- ▲ Impedimento ou perda da função da área lesionada.



2 Fase Migratória e Proliferativa (Subaguda)

Duração: Dias a semanas.

O que acontece?

- ✓ Crescimento capilar e formação do tecido de granulação.
- ✓ Proliferação de fibroblastos e síntese de colágeno.
- ✓ Aumento da atividade dos macrófagos e mastócitos.
- ✓ Contração da ferida para reduzir a área lesionada.

⚠ Sinais e sintomas:

- ▼ Redução do calor e do edema.
- ▼ Dor presente apenas com movimentos ou atividade.



3 Fase de Maturação

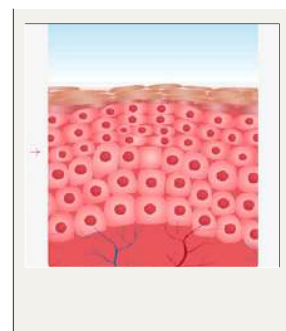
Duração: Semanas a meses.

O que acontece?

- ✓ Transformação do tecido de reparo em tecido cicatricial.
- ✓ Ganho de força tensil e formação de ligações cruzadas no colágeno.

⚠ Sinais e sintomas:

- ▼ Dor surge apenas após atividade.



DICA 21

FISIOTERAPIA TRAUMATO-ORTOPÉDICA E REUMATOLÓGICA

LESÕES NA CARTILAGEM ARTICULAR

Funções da Cartilagem

- Amortecer impactos e permitir deslizamento das articulações.
- Sustentar tecidos moles.
- Participar do crescimento ósseo (ossos longos).

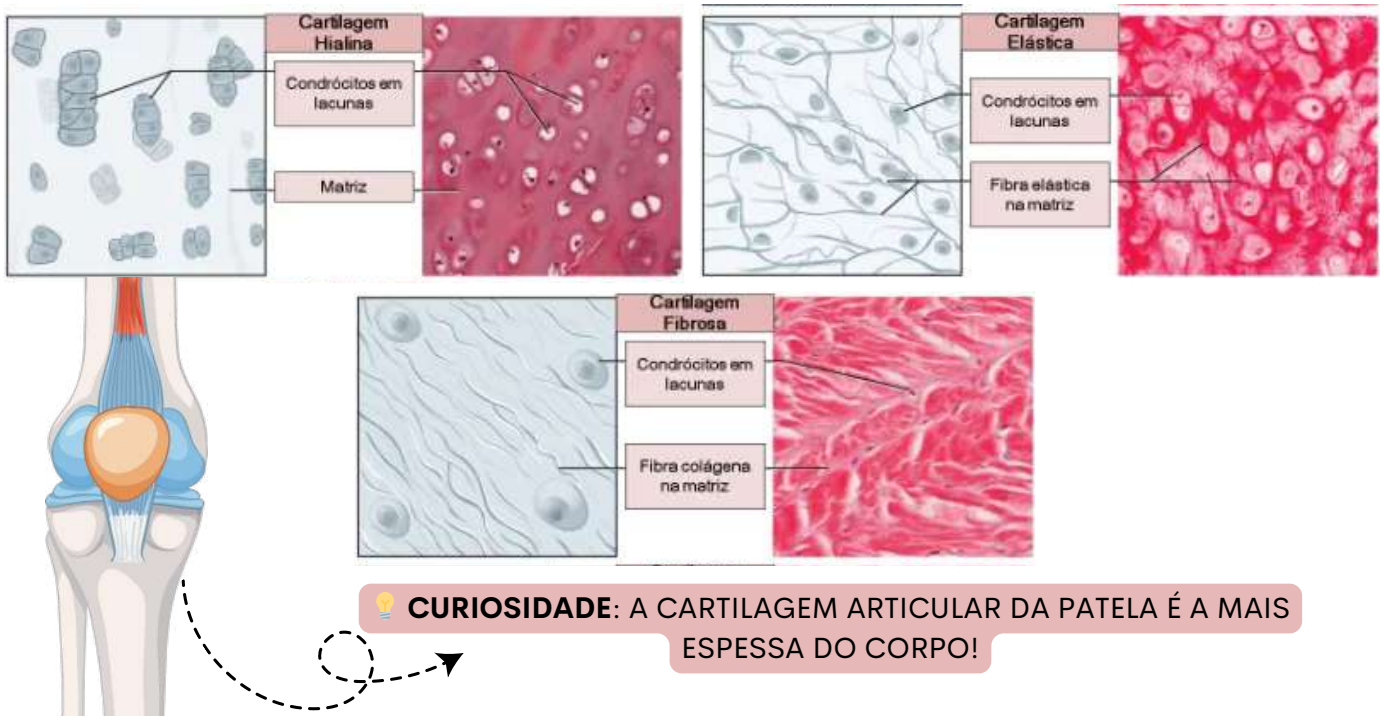
Composição

- **Células:** Condroblastos, condrócitos e condroclastos (sintetizam e mantêm a matriz cartilaginosa).
- **Matriz Extracelular:** Rica em colágeno, elastina e proteoglicanas.
- **Pericôndrio:** Tecido conjuntivo que envolve e nutre a cartilagem.

! ATENÇÃO ! A CARTILAGEM NÃO TEM VASOS SANGUÍNEOS, LINFÁTICOS NEM NERVOS, O QUE LIMITA SEU POTENCIAL DE REGENERAÇÃO.

Tipos de Cartilagem

- 1 Hialina:** Mais comum, presente na traqueia, fossas nasais, extremidades das costelas e superfícies articulares dos ossos longos.
- 2 Elástica:** Rica em fibras elásticas, encontrada na orelha e laringe.
- 3 Fibrosa:** Altamente resistente, presente nos discos intervertebrais e meniscos.



DICA 22

FISIOTERAPIA TRAUMATO-ORTOPÉDICA E REUMATOLÓGICA

CRESCIMENTO DAS CARTILAGENS



A cartilagem pode crescer de duas formas:



Crescimento intersticial → ocorre nas fases iniciais do crescimento e se dá pela divisão mitótica dos condrócitos.

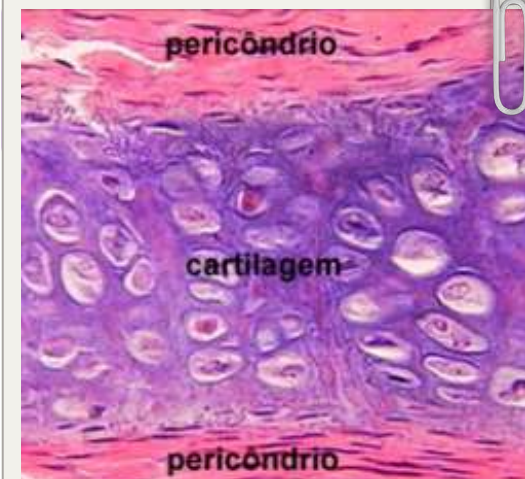


Crescimento aposicional → ocorre após o crescimento inicial e resulta da ação das células do pericôndrio, que formam novas camadas de cartilagem.

Pericôndrio

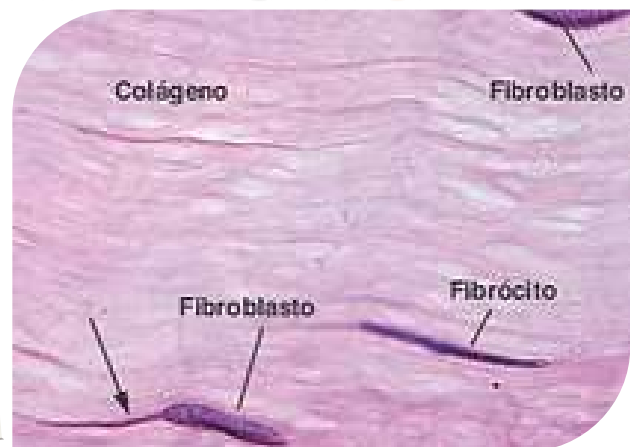
O **pericôndrio** é uma camada de tecido conjuntivo denso, fundamental para:

- ✓ Integridade e vida da cartilagem.
- ✓ Fornecimento de condrócitos para crescimento.
- ✓ Nutrição, oxigenação e eliminação de resíduos metabólicos.
- ✓ Suporte vascular, já que a cartilagem não possui vasos sanguíneos.



O pericôndrio contém:

- Colágeno tipo I
- Fibroblastos
- Condroblastos (mais profundamente)



A CAMADA DE **SOLVATAÇÃO** ATUA COMO **VIA DE TRANSPORTE DE NUTRIENTES**.

DICA 23

ANÁLISE DA MARCHA

CICLO DA MARCHA



O ciclo da **marcha humana** foi subdividido em **oito fases**, sendo fundamental para a análise e compreensão do movimento. A terminologia descritiva foi derivada de cada uma dessas fases, com a identificação dos eventos cinemáticos importantes.

Foi desenvolvido um formulário específico que permite identificar **33 desvios da marcha** observados comumente. Esses desvios são analisados de acordo com as **fases do ciclo da marcha**.

Observação:

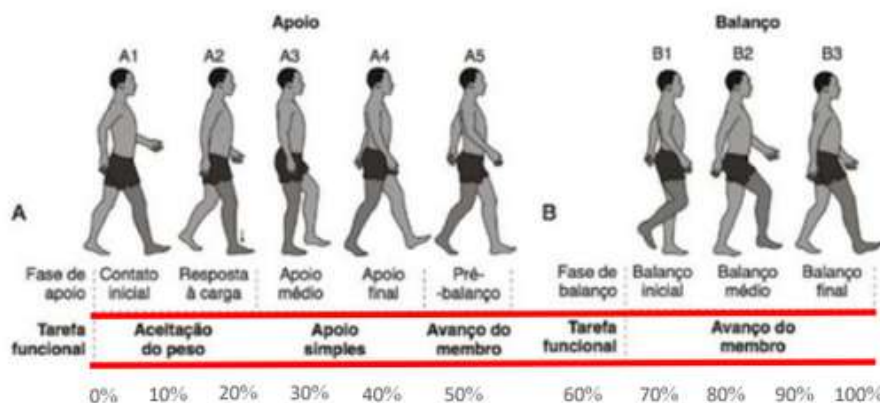
A **observação direta** do paciente é essencial para **identificar movimentos excessivos** ou **inadequados** dos tronco e membros. O uso de vídeo é recomendado, pois permite ao clínico revisar a marcha, multiplicando a visão e evitando a fadiga do paciente.

AVALIAÇÃO NO PLANO SAGITAL E FRONTAL

- **Plano Sagital e Frontal:** São as vistas ideais para avaliar o movimento relativo dos múltiplos segmentos corporais.
- **Análise:** A avaliação por observação nesses planos é correlacionada com testes clínicos, como força, mobilidade passiva, espasticidade, controle motor e sensibilidade, para determinar as causas prováveis dos desvios da marcha.

INFLUÊNCIA DA VELOCIDADE NA MARCHA

- **Mudança de Velocidade:** Conforme a velocidade da caminhada varia, a duração do ciclo da marcha também se altera, modificando o tempo consumido nas fases de balanço e apoio.



- **Velocidade Reduzida:** Quando as pessoas diminuem a velocidade de caminhada, elas ajustam a cadência (passos por minuto) ou o comprimento do passo – ou ambos simultaneamente.

CHEGAMOS AO FIM



Parabéns, você acaba de conhecer a nossa amostra de revisão de véspera para o concurso da **Ebserh!**


Esperamos que esta breve demonstração tenha despertado seu interesse e mostrado como nosso material pode ajudá-lo a **conquistar sua** tão sonhada **aprovação**.

Se você deseja se **destacar** frente à concorrência, você precisa **estudar** com o **material do Memoriza.ai**

Agora é com você: **quer ser aprovado** e tomar **posse** no concurso ainda em 2024?

Então...

→ [clique aqui para conhecer o material completo](#)



Professor
Carlos Fagundes
Sócio Fundador do MA

Obstáculo é aquilo que
você vê quando tira os
olhos do seu **propósito**.

→ [Acesse nosso Instagram](#)